

Benutzerhandbuch

EDGE® 800

GPS-FÄHIGER FAHRRAD-COMPUTER MIT TOUCHSCREEN



Inhaltsverzeichnis

Einführung

⚠ WARNUNG

Lassen Sie sich stets von Ihrem Arzt beraten, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen oder ändern. Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung *Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*, die dem Produkt beiliegt.

Einrichten des Geräts

Wenn Sie den Edge® zum ersten Mal verwenden, folgen Sie den Anweisungen für die Einrichtung in der *Edge 800 – Schnellstartanleitung*.

Registrieren des Geräts

Helfen Sie uns, unseren Service weiter zu verbessern, und füllen Sie die Online-Registrierung noch heute aus.

- Rufen Sie die Website http://my.garmin.com auf.
- Bewahren Sie die Originalquittung oder eine Fotokopie an einem sicheren Ort auf.

Informationen zum Akku

⚠ WARNUNG

Dieses Produkt ist mit einem Lithium-Ionen-Akku ausgestattet. Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen in der Anleitung *Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*, die dem Produkt beiliegt.

Die Stromversorgung des Geräts erfolgt über einen Lithium-Ionen-Akku, der über das im Lieferumfang enthaltene Ladegerät oder das USB-Kabel aufgeladen werden kann (Seite 47).

HINWEIS: Das Gerät kann nicht aufgeladen werden, wenn die Temperatur außerhalb des Bereichs von 0 °C bis 45 °C (32 °F bis 113 °F) liegt.

Übersicht über das Gerät

Tasten



	Halten Sie die Taste gedrückt, um das Gerät ein- und auszuschalten. Drücken Sie die Taste, um die Statusseiten anzuzeigen und die Beleuchtung anzupassen.
LAP/RESET	Drücken Sie die Taste, um eine neue Runde zu erstellen. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Fahrt zu speichern und die Stoppuhr zurückzusetzen.
START/ STOP	Drücken Sie die Taste, um die Stoppuhr zu starten oder anzuhalten.

Schaltflächen auf dem Touchscreen

	Wählen Sie diese Schaltfläche, um Satelliten anzuzeigen und das GPS-Einstellungsmenü zu öffnen.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um das Einstellungsmenü zu öffnen. Wählen Sie diese Schaltfläche beim Anzeigen einer Strecke, um zusätzliche Funktionen anzuzeigen.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um eine Strecke, ein Training oder eine Aktivität zu löschen.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um die Seite zu schließen, ohne sie zu speichern.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um die Änderungen zu speichern und die Seite zu schließen.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um zur vorherigen Seite zurückzukehren.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um Seiten zu ändern oder einen Bildlauf durchzuführen. Sie können auch mit dem Finger über den Touchscreen fahren.
	Wählen Sie diese Schaltfläche, um eine Suche durch Eingabe eines Teils des Namens einzugrenzen.

Tipps und Kurzbefehle

Sperren des Touchscreens

Sie können den Touchscreen sperren, um unbeabsichtigte Eingaben zu vermeiden.

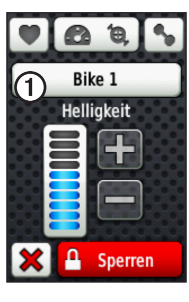
1. Drücken Sie ⏻.

   Die Statusseite wird angezeigt.
2. Wählen Sie **Sperren**.

Fahrradwechsel

1. Drücken Sie ⏻.

   Die Statusseite wird angezeigt.
2. Wählen Sie ①, um einen Fahrradwechsel durchzuführen.



Verwenden der Beleuchtung

- Sie können jederzeit auf den Touchscreen tippen, um die Beleuchtung einzuschalten.
- Drücken Sie ⏻, um die Beleuchtung einzuschalten und die Helligkeit einzustellen.

  HINWEIS: Durch Alarme und Nachrichten wird die Beleuchtung ebenfalls aktiviert.
- Ändern Sie die Einstellung für die Display-Beleuchtung (Seite 47).

Ändern der Einstellungen für ANT+-Zubehör

1. Drücken Sie ⏻.

   Die Statusseite wird angezeigt.
2. Wählen Sie , oder .

Ändern von Datenfeldern

Berühren Sie auf einer beliebigen Datenseite ein Datenfeld etwas länger, bis es markiert ist.

Wenn Sie den Finger vom Bildschirm nehmen, werden Sie zur Auswahl eines neuen Datenfelds aufgefordert (Seite 31).

Training

Beginnen der Fahrt

Bevor Sie ein Protokoll aufzeichnen können, müssen Sie Satellitensignale erfassen oder den Edge mit einem ANT+™-Sensor koppeln (Seite 12).



1. Drücken Sie auf der Stoppuhrseite die Taste **START**, um die Stoppuhr zu starten.

   Das Protokoll wird nur aufgezeichnet, wenn die Stoppuhr läuft.
2. Drücken Sie nach der Fahrt die Taste **STOP**.

Speichern der Fahrtdaten

Halten Sie die Taste **RESET** gedrückt, um die Fahrtdaten zu speichern und die Stoppuhr zurückzusetzen.

Alarme

Mit den Alarmfunktionen des Edge können Sie Ihr Training gezielt auf Zeit, Distanz, Kalorien, Herzfrequenz, Trittfrequenz und Leistung abstimmen.

Verwenden von Zeit-, Distanz- und Kalorienalarmen

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Alarme**.
2. Wählen Sie **Zeit-Alarm**, **Entfernungs-Alarm** oder **Kalorienalarm**.
3. Schalten Sie den Alarm ein.
4. Nehmen Sie eine Eingabe für den Zeit-, Distanz- oder Kalorienwert vor.
5. Beginnen Sie Ihre Fahrt.

Jedes Mal, wenn Sie den Alarmwert erreichen, gibt der Edge einen Signalton aus und zeigt eine Nachricht an.

HINWEIS: Informationen zu Audiosignalen für Nachrichten finden Sie auf Seite 41.

Verwenden von erweiterten Alarmen

Wenn Sie über einen optionalen Herzfrequenz-sensor, einen GSC™ 10 oder einen ANT+-Power-Sensor eines Drittanbieters verfügen, können Sie erweiterte Alarme einrichten.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Alarme**.
2. Wählen Sie eine Option:
    - Wählen Sie **HF-Alarm**, um die minimale und maximale Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (Beats Per Minute) festzulegen.

      HINWEIS: Weitere Informationen zu Herzfrequenzbereichen und-einstellungen finden Sie auf Seite 13.
    - Wählen Sie **Trittfrequenz-Alarm**, um die minimale und maximale Trittfrequenz in Tretkurbelumdrehungen pro Minute (1/min) festzulegen.
    - Wählen Sie **Leistungsalarm**, um die minimale und maximale Leistung in Watt festzulegen.
3. Beginnen Sie Ihre Fahrt.

Jedes Mal, wenn Sie den festgelegten Herzfrequenz-, Trittfrequenz- oder Leistungswert über- oder unterschreiten, gibt der Edge einen Signalton aus und zeigt eine Nachricht an.

HINWEIS: Informationen zu Audiosignalen für Nachrichten finden Sie auf Seite 41.

Trainings

Mit dem Edge können Sie Trainings erstellen, die Ziele für jeden Trainingsschritt sowie unterschiedliche Distanzen, Zeiten und Erholungsrunden enthalten. Nachdem Sie ein Training erstellt haben, können Sie das Training mit Garmin Connect™ oder Garmin Training Center® für einen bestimmten Tag planen. Sie können Trainings im Voraus planen und auf dem Edge speichern.

Erstellen von Trainings

Sie können Trainings mit Garmin Training Center (Seite 20) erstellen und auf den Edge übertragen. Trainings können jedoch auch direkt auf dem Edge erstellt und gespeichert werden.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Trainings** > **Neues Training**.
2. Geben Sie einen Namen für das Training ein.
3. Wählen Sie **<Trainingsabschnitt hinzufügen>**.
4. Wählen Sie **Dauer**, um anzugeben, wie der Abschnitt gemessen werden soll.

   Beispielsweise können Sie **Distanz** wählen, damit der Abschnitt nach einer bestimmten Distanz endet.

   Wenn Sie **Offen** wählen, können Sie den Schritt während des Trainings durch Drücken der Taste **LAP** beenden.
5. Geben Sie bei Bedarf einen Wert in das Feld unter **Dauer** ein.
6. Wählen Sie **Sollwert**, um die Vorgabe für den Abschnitt zu wählen.

   Beispielsweise können Sie **Herzfrequenz** wählen, um während des Abschnitts eine gleichbleibende Herzfrequenz beizubehalten.
7. Wählen Sie bei Bedarf einen Sollwertbereich aus, oder geben Sie einen benutzerdefinierten Bereich ein.

   Beispielsweise können Sie einen Herzfrequenzbereich auswählen. Jedes Mal, wenn Sie den festgelegten Herzfrequenzbereich über- oder unterschreiten, gibt der Edge einen Signalton aus und zeigt eine Nachricht an.
8. Wählen Sie bei Bedarf im Feld **Erholungsrunde** die Option **Ja** aus.

   Während einer Erholungsrunde läuft die Stoppuhr weiter, und Daten werden weiterhin aufgezeichnet.
9. Wählen Sie ✓, um den Schritt zu speichern.
10. Wählen Sie ✓, um das Training zu speichern.

Wiederholen von Trainingsabschnitten

Bevor Sie einen Trainingsabschnitt wiederholen können, müssen Sie ein Training mit mindestens einem Abschnitt erstellen.

1. Wählen Sie **Trainingsabschnitt hinzufügen**.
2. Wählen Sie im Feld **Dauer** eine Option aus.
    - Wählen Sie **Wiederholen**, um einen Abschnitt einmal oder mehrere Male zu wiederholen.

      Beispielsweise können Sie einen 5-Kilometer-Abschnitt zehn Mal wiederholen.
    - Wählen Sie **Wiederholen bis**, um einen Schritt für eine bestimmte Dauer zu wiederholen.

      Beispielsweise können Sie einen 5-Kilometer-Abschnitt über einen Zeitraum von 60 Minuten oder bis zum Erreichen einer Herzfrequenz von 160 Schlägen pro Minute wiederholen.
3. Wählen Sie im Feld **Zurück zu Abschnitt** den Abschnitt aus, den Sie wiederholen möchten.
4. Wählen Sie , um den Schritt zu speichern.

Starten von Trainings

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Trainings**.
2. Wählen Sie ein Training.
3. Wählen Sie **Training starten**.
4. Drücken Sie die Taste **START**.

Wenn Sie mit einem Training begonnen haben, zeigt der Edge die einzelnen Trainingsabschnitte, die Vorgabe (sofern vorhanden) und die aktuellen Trainingsdaten an. Kurz vor Ende eines Trainingsschritts ertönt ein akustisches Signal. Eine Meldung wird angezeigt, die einen Countdown für die verbleibende Zeit oder Distanz bis zu einem neuen Schritt anzeigt.

Beenden von Abschnitten

Drücken Sie die Taste **LAP**, um einen Abschnitt vorzeitig zu beenden.

Anhalten von Trainings

Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Trainings** > **Training abbrechen**.

Bearbeiten von Trainings

Sie können Trainings in Garmin Connect, Garmin Training Center oder direkt auf dem Edge bearbeiten. Wenn Sie Trainings auf dem Edge bearbeiten, sind die Änderungen gegebenenfalls nur vorläufig. Die in Garmin Connect und Garmin Training Center gespeicherten Trainings werden priorisiert. Wenn Sie ein Training auf dem Edge bearbeiten, werden die Änderungen möglicherweise überschrieben, wenn Sie das nächste Mal Trainings aus Garmin Connect oder Garmin Training Center übertragen. Wenn Sie ein Training dauerhaft ändern möchten, bearbeiten Sie das Training in Garmin Training Center oder in Garmin Connect, und übertragen Sie es dann auf den Edge.

Bearbeiten von Trainings mit dem Edge

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Trainings**.
2. Wählen Sie ein Training aus.
3. Wählen Sie **Bearbeiten**.
4. Wählen Sie einen Schritt aus.
5. Nehmen Sie erforderliche Änderungen vor, und wählen Sie ✓, um den Schritt zu speichern.
6. Wählen Sie ✓, um das Training zu speichern.

Löschen von Trainings

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Trainings**.
2. Wählen Sie ein Training aus.
3. Wählen Sie [Papierkorb] > **Ja**.

Verwenden des Virtual Partner

Der Virtual Partner® ist ein Trainingsprogramm, das Sie dabei unterstützt, Ihre Trainingsziele zu erreichen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Training** > **Virtual Partner**.
2. Wählen Sie **Virtual Partner** > **Ein**.
3. Wählen Sie **Virtual Partner-Geschwindigkeit**.
4. Geben Sie eine Geschwindigkeit ein, und wählen Sie ✓.
5. Beginnen Sie Ihre Fahrt.

6. Wechseln Sie zur Seite **Virtual Partner**, um anzuzeigen, wer in Führung liegt.

   Verwenden Sie die Schaltflächen + und - oben auf der Seite, um die Geschwindigkeit des Virtual Partner während der Fahrt anzupassen.



Virtual Partner-Geschwindigkeit

Wenn Sie vor dem Start der Stoppuhr Änderungen für die Geschwindigkeit des Virtual Partner vornehmen, werden diese Änderungen gespeichert. Änderungen, die nach dem Start der Stoppuhr für die Geschwindigkeit des Virtual Partner vorgenommen werden, gelten nur für die aktuelle Trainingseinheit und werden nicht gespeichert, wenn die Stoppuhr zurückgesetzt wird. Wenn Sie während einer Aktivität Änderungen am Virtual Partner vornehmen, wird die neue Geschwindigkeit vom Virtual Partner ab der aktuellen Position verwendet.

Strecken

Strecken ermöglichen Ihnen, dem Verlauf einer zuvor aufgezeichneten Aktivität zu folgen. Möglicherweise möchten Sie einer gespeicherten Strecke folgen, da der Streckenverlauf günstig ist. Beispielsweise können Sie eine gut für Fahrräder geeignete Strecke zur Arbeit speichern. Sie können einer gespeicherten Strecke auch folgen, um zu versuchen, zuvor festgelegte Leistungsziele zu erreichen oder zu verbessern. Wenn die ursprüngliche Strecke beispielsweise in 30 Minuten bewältigt wurde, treten Sie gegen einen Virtual Partner an, um zu versuchen, die Strecke in weniger als 30 Minuten zu bewältigen.

Garmin empfiehlt, für das Erstellen von Strecken Garmin Connect oder Garmin Training Center (Seite 20) zu verwenden.

Streckenpunkte

Für das Hinzufügen von Streckenpunkten zu einer Strecke ist Garmin Training Center erforderlich. Bei Streckenpunkten handelt es sich um Orte auf der Strecke, die Sie sich merken möchten, z. B. Stopps zum Trinken oder Distanzziele.

Erstellen von Strecken mit dem Edge

Bevor Sie eine Strecke erstellen können, müssen Sie Protokolle mit GPS-Trackdaten auf dem Edge speichern.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken** > **Neue Strecke erstellen**.
2. Wählen Sie eine zuvor absolvierte Strecke aus, auf der diese Strecke basieren soll.
3. Geben Sie einen Namen für die Strecke ein, und wählen Sie .

Starten einer Strecke

Sie haben die Möglichkeit, auf dem Edge separat eine Aufwärmaktivität zu speichern. Vor dem Start der Strecke müssen Sie die Stoppuhr zurücksetzen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken**.
2. Wählen Sie eine Strecke aus.
3. Überprüfen Sie die Angaben auf der Seite mit den Streckendaten (optional).

   Sie können auch wählen, um die Eigenschaften der Strecke zu bearbeiten. Beispielsweise können Sie die Farbe der auf der Karte angezeigten Streckenlinie ändern.
4. Wählen Sie **Los**.

   Das Protokoll wird aufgezeichnet, auch wenn Sie sich nicht auf der Strecke befinden. Nach Abschluss der Strecke wird eine Meldung angezeigt.

Absolvieren von Strecken aus dem Internet

Sie benötigen ein Konto bei Garmin Connect (Seite 20).

1. Schließen Sie den Edge an den Computer an.
2. Rufen Sie die Website www.garminconnect.com auf, und suchen Sie eine Aktivität.
3. Klicken Sie auf **An Gerät senden**.
4. Trennen Sie den Edge vom Computer, und schalten Sie das Gerät ein.

5. Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken**.
6. Wählen Sie die Strecke > **Los**.

Optionen bei Kursabweichung

Bevor Sie mit der Strecke beginnen, können Sie ein Aufwärmprogramm absolvieren. Drücken Sie die Taste **START**, um die Strecke zu starten, und wärmen Sie sich dann wie üblich auf. Bleiben Sie beim Aufwärmen abseits der Trainingsstrecke. Wenn Sie startklar sind, begeben Sie sich zu Ihrer Strecke. Wenn Sie einen beliebigen Abschnitt der Strecke erreichen, wird eine Meldung angezeigt.

HINWEIS: Sobald Sie die Taste **START** drücken, startet Ihr Virtual Partner auf der Strecke. Er wartet nicht, bis Sie sich aufgewärmt haben.

Solange Sie abseits der Strecke bleiben, zeigt der Edge eine Meldung an. Verwenden Sie die Streckenkarte oder Streckenpunkte, um zur Strecke zurückzufinden.

Ändern der Streckengeschwindigkeit

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken**.
2. Wählen Sie eine Strecke > **Los**.
3. Wechseln Sie zur Seite **Virtual Partner**.
4. Verwenden Sie die Schaltflächen + und - oben auf der Seite, um den Prozentsatz der Zeit bis zum Abschluss der Strecke anzupassen.

   Wenn Sie die Streckenzeit beispielsweise um 20 % verbessern möchten, müssen Sie eine Streckengeschwindigkeit von 120 % eingeben. Sie treten dann gegen den Virtual Partner an und müssen eine 30-minütige Strecke in 24 Minuten zurücklegen.

Anhalten einer Strecke

Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken** > **Strecke abbrechen**.

Löschen von Strecken

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Strecken**.
2. Wählen Sie eine Strecke aus.
3. Wählen Sie > **Ja**.

ANT+-Sensoren

Der Edge ist mit folgendem ANT+-Zubehör kompatibel:

- Herzfrequenzsensor (Seite 13)
- GSC 10-Geschwindigkeits-/ Trittfrequenzsensor (Seite 15)
- ANT+-Sensoren von Drittanbietern (Seite 16)

Informationen zum Erwerb von zusätzlichem Zubehör finden Sie unter http://buy.garmin.com.

Koppeln von ANT+-Sensoren

Vor der Kopplung müssen Sie sich den Herzfrequenzsensor anlegen oder den Sensor installieren. Anweisungen hierfür finden Sie in der *Edge 800 – Schnellstartanleitung* oder im Lieferumfang des Zubehörs.

- Stellen Sie sicher, dass der ANT+-Sensor mit dem Garmin-Gerät kompatibel ist.
- Der Edge muss sich in Reichweite (3 m) des Zubehörs befinden.

  Halten Sie beim Koppeln eine Entfernung von 10 m zu anderen ANT+-Sensoren ein.
- Nach der ersten Kopplung erkennt das Garmin-Gerät bei jeder erneuten Aktivierung den ANT+-Sensor automatisch. Wenn die Sensoren aktiviert sind und ordnungsgemäß funktionieren, geschieht dies beim Einschalten des Garmin-Geräts automatisch und dauert nur einige Sekunden.
- Nach der Kopplung empfängt das Garmin-Gerät ausschließlich Daten von Ihrem Sensor, selbst wenn Sie sich in der Nähe anderer Sensoren befinden.

Anlegen des Herzfrequenzsensors

Anweisungen hierfür finden Sie in der *Edge 800 – Schnellstartanleitung* oder im Lieferumfang des Zubehörs.

Koppeln des Herzfrequenzsensors

Wenn Sie separat einen Herzfrequenzsensor erworben haben, müssen Sie diesen mit dem Edge koppeln, um die Herzfrequenzdaten anzeigen zu können. Vor der Kopplung müssen Sie sich den Herzfrequenzsensor anlegen.

1. Schalten Sie den Edge ein.
2. Der Edge muss sich in Reichweite (3 m) des Herzfrequenzsensors befinden.
3. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **Fahrradeinstellungen** > **Herzfrequenz** > **ANT+-Herzfrequenz**.
4. Wählen Sie **Herzfrequenzsensor** > **Ja**.
5. Drücken Sie [power icon].

   Wenn der Herzfrequenzsensor gekoppelt ist, werden eine Meldung sowie [icon] auf der Statusseite angezeigt.
6. Wählen Sie bei Bedarf die Option **Erneut scannen**.
7. Passen Sie bei Bedarf die Datenfelder für die Herzfrequenz an (Seite 31).

Nachdem Sie den Herzfrequenzsensor angelegt haben, befindet sich das Gerät im Standby-Modus und ist sendebereit.

TIPP: Werden die Herzfrequenzdaten nicht oder nur unregelmäßig angezeigt, müssen Sie möglicherweise den Gurt enger stellen oder sich für ca. 5 bis 10 Minuten aufwärmen (Seite 18).

Einrichten von Herzfrequenzbereichen

Der Edge verwendet die Benutzerprofilinformationen der ersten Einrichtung, um Ihre Herzfrequenzbereiche zu ermitteln. Damit Sie während der Fahrt möglichst genaue Kaloriendaten erhalten, müssen Sie die maximale Herzfrequenz, die Herzfrequenz in der Ruhephase und Herzfrequenzbereiche einrichten.

1. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **Fahrradeinstellungen** > **Herzfrequenz** > **Herzfrequenzbereiche**.
2. Geben Sie die maximale Herzfrequenz und die Herzfrequenz in der Ruhephase ein.

   Die Werte für die Bereiche werden automatisch aktualisiert, können jedoch manuell bearbeitet werden.
3. Wählen Sie **Basierend auf**, und wählen Sie eine Option:
   - Wählen Sie **BPM**, um die Bereiche in Schlägen pro Minute anzuzeigen und zu bearbeiten.
   - Wählen Sie **% Max.**, um die Bereiche als Prozentsatz der maximalen Herzfrequenz anzuzeigen und zu bearbeiten.
   - Wählen Sie **% HFR**, um die Bereiche als Prozentsatz der Herzfrequenz in der Ruhephase anzuzeigen und zu bearbeiten.

Informationen zu Herzfrequenzbereichen

Viele Sportler verwenden Herzfrequenzbereiche, um ihr Herz-Kreislauf-System zu messen und zu stärken und um ihre Fitness zu steigern. Ein Herzfrequenzbereich ist ein bestimmter Wertebereich für die Herzschläge pro Minute.

Die fünf normalerweise verwendeten Herzfrequenzbereiche sind nach steigender Intensität von 1 bis 5 nummeriert. Im Allgemeinen werden die Herzfrequenzbereiche basierend auf Prozentsätzen der maximalen Herzfrequenz berechnet.

Fitnessziele

Die Kenntnis der eigenen Herzfrequenzbereiche kann Sie dabei unterstützen, Ihre Fitness zu messen und zu verbessern, wenn Sie die folgenden Grundsätze kennen und anwenden:

- Ihre Herzfrequenz ist ein gutes Maß für die Trainingsintensität.
- Das Training in bestimmten Herzfrequenzbereichen kann Ihr Herz-Kreislauf-System

stärken und verbessern.

- Wenn Sie Ihre Herzfrequenzbereiche kennen, können Sie ein zu anstrengendes Training vermeiden und die Verletzungsgefahr verringern.

Wenn Ihnen Ihre maximale Herzfrequenz bekannt ist, können Sie diesen Wert eingeben, und der Edge kann Ihre Herzfrequenzbereiche mithilfe der in der Tabelle auf Seite 19 aufgeführten Prozentsätze berechnen.

Wenn Sie Ihre maximale Herzfrequenz nicht kennen, verwenden Sie einen im Internet verfügbaren Rechner. In einigen Fitness-Studios kann möglicherweise ein Test zum Messen der maximalen Herzfrequenz durchgeführt werden.

Befestigen des GSC 10

Anweisungen hierfür finden Sie in der *Edge 800 – Schnellstartanleitung* oder im Lieferumfang des Zubehörs.

Koppeln des GSC 10

Wenn Sie separat einen GSC 10 erworben haben, müssen Sie diesen mit dem Edge koppeln, um Geschwindigkeits- und Trittfrequenzdaten anzuzeigen. Vor der Kopplung müssen Sie den GSC 10 installieren.

1. Schalten Sie den Edge ein.
2. Der Edge muss sich in Reichweite (3 m) des GSC 10 befinden.
3. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Fahrradprofile**.
4. Wählen Sie ein Fahrrad.
5. Wählen Sie **ANT+-Geschwindigkeit/ Trittfrequenz** > **Fahrradsensoren** > **Ja**.
6. Drücken Sie .

   Wenn der GSC 10 gekoppelt ist, werden eine Meldung sowie auf der Statusseite angezeigt.
7. Passen Sie optionale Datenfelder an (Seite 31).

Informationen zum GSC 10

Die Trittfrequenzdaten vom GSC 10 werden immer aufgezeichnet. Falls kein GSC 10 gekoppelt ist, werden GPS-Daten zum Berechnen von Geschwindigkeit und Distanz verwendet.

Ihre Trittfrequenz wird anhand der Anzahl der Umdrehungen der Tretkurbel pro Minute (1/min) gemessen. Der GSC 10 verfügt über zwei Sensoren: einen für Trittfrequenz und einen für Geschwindigkeit.

Weitere Informationen zu Trittfrequenz-Alarmen finden Sie auf Seite 5.

Durchschnitt ohne Nullwerte für Trittfrequenzdaten

Die Einstellung für Durchschnitt ohne Nullwerte ist verfügbar, wenn Sie mit einem optionalen Trittfrequenzsensor trainieren. Standardmäßig werden Nullwerte, die auftreten, wenn keine Pedalumdrehungen erfolgen, ausgenommen.

Aktivieren oder deaktivieren Sie den Durchschnitt ohne Nullwerte, indem Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Datenaufzeichnung** > **Daten mitteln** > **Trittfrequenz** wählen.

ANT+-Sensoren von Drittanbietern

Eine Liste der ANT+-Sensoren von Drittanbietern, die mit dem Edge kompatibel sind, finden Sie unter www.garmin.com /intosports.

Koppeln des Leistungsmessers

Informationen hierzu finden Sie in den Anweisungen des Herstellers.

Wenn der Leistungsmessers gekoppelt ist, werden eine Meldung sowie auf der Statusseite angezeigt.

Kalibrieren des Leistungsmessers

Kalibrierungsanweisungen, die sich speziell auf Ihren Leistungsmesser beziehen, finden Sie in der Bedienungsanleitung des Herstellers.

Bevor Sie den Leistungsmesser kalibrieren können, muss er ordnungsgemäß installiert sein und aktiv Daten aufzeichnen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Fahrradprofile**.
2. Wählen Sie ein Fahrrad.
3. Wählen Sie **ANT+-Leistung** > **Kalibrieren**.
4. Sorgen Sie dafür, dass der Leistungsmesser aktiv bleibt, indem Sie treten, bis eine Meldung angezeigt wird.

Einrichten von Leistungsbereichen

Sie können über Garmin Connect oder Garmin Training Center sieben benutzerdefinierte Leistungsbereiche festlegen. Wenn Sie Ihren Wert für die leistungsbezogene anaerobe Schwelle (FTP) kennen, können Sie diesen eingeben, damit die Leistungsbereiche vom Edge automatisch berechnet werden.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Fahrradprofile**.
2. Wählen Sie ein Fahrrad.
3. Wählen Sie **Leistungsbereiche**.
4. Geben Sie einen FTP-Wert ein.
5. Wählen Sie **Basierend auf**, und wählen Sie eine Option:
    - Wählen Sie **Watt**, um Bereiche in Watt anzuzeigen und zu bearbeiten.
    - Wählen Sie **% FTP**, um Bereiche als Prozentsatz der leistungsbezogenen anaeroben Schwelle anzuzeigen und zu bearbeiten.

Durchschnitt ohne Nullwerte für Leistungsdaten

Die Einstellung für Durchschnitt ohne Nullwerte ist verfügbar, wenn Sie mit einem optionalen Leistungsmesser trainieren. Standardmäßig werden Nullwerte, die auftreten, wenn keine Pedalumdrehungen erfolgen, ausgenommen.

Aktivieren oder deaktivieren Sie den Durchschnitt ohne Nullwerte, indem Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Datenaufzeichnung** > **Daten mitteln** > **Leistung** wählen.

ANT+-Sensor – Fehlerbehebung

Problem	Lösung
Das Koppeln von ANT+-Sensor und Gerät funktioniert nicht.	• Halten Sie beim Koppeln eine Entfernung von 10 m zu anderen ANT+-Sensoren ein. • Das Gerät muss sich beim Koppeln in Reichweite (3 m) des Herzfrequenzsensors befinden. • Sollte das Problem weiterhin bestehen, wechseln Sie die Batterie aus.
Ich habe einen ANT+-Sensor eines Drittanbieters.	Vergewissern Sie sich, dass dieser mit dem Edge kompatibel ist (www.garmin.com/intosports).
Die Herzfrequenzdaten sind ungenau oder unregelmäßig.	• Vergewissern Sie sich, dass der Herzfrequenzsensor eng an Ihrem Körper anliegt. • Feuchten Sie die Elektroden erneut an. Verwenden Sie hierzu Wasser, Speichel oder Elektrodengel. • Reinigen Sie die Elektroden. Schmutz- und Schweißreste an den Elektroden können die Herzfrequenzsignale beeinträchtigen. • Bringen Sie die Elektroden anstatt auf der Brust auf dem Rücken an. • Tragen Sie ein Baumwollhemd, oder feuchten Sie, wenn möglich, Ihr Hemd an. Synthetikmaterialien, die am Herzfrequenzsensor reiben oder dagegen schlagen, können zu statischer Elektrizität führen, wodurch die Herzfrequenzsignale gestört werden. • Entfernen Sie sich von Quellen starker elektromagnetischer Felder und drahtlosen 2,4-GHz-Sensoren, die die Funktion Ihres Herzfrequenzsensors beeinträchtigen können. Zu Interferenzquellen zählen z. B. Hochspannungsleitungen, Elektromotoren, Mikrowellengeräte, drahtlose 2,4-GHz-Telefone und WLAN Access Points.

Herzfrequenzbereiche

	Prozent der maximalen Herzfrequenz oder der Herzfrequenz in Ruhe	**Belastungsempfinden**	**Vorteile**
1	50 % bis 60 %	Entspannte, leichte Geschwindigkeit; rhythmische Atmung	Aerobes Training der Anfangsstufe; geringere Belastung
2	60 % bis 70 %	Komfortable Pace; leicht tiefere Atmung, Unterhaltung möglich	Einfaches Herz-Kreislauf-Training; gute Erholungspace
3	70 % bis 80 %	Mäßige Geschwindigkeit; eine Unterhaltung ist schwieriger	Verbessert den aeroben Bereich; optimales Herz-Kreislauf-Training
4	80 % bis 90 %	Schnelle Geschwindigkeit und ein wenig unkomfortabel; schweres Atmen	Verbesserte anaerobische Kapazität und Schwelle; höhere Geschwindigkeit
5	90 % bis 100 %	Sprint-Geschwindigkeit, kann nicht über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten werden; angestrengtes Atmen	Anaerober und muskulärer Ausdauerbereich; gesteigerte Leistung

Protokoll

Der Edge speichert nach dem Starten der Stoppuhr automatisch das Protokoll. Wenn der Speicher des Edge voll ist, wird eine Fehlermeldung angezeigt. Der Edge löscht oder überschreibt das Protokoll nicht automatisch. Informationen zum Löschen des Protokolls finden Sie auf Seite 21.

Damit Sie über sämtliche Fahrtdaten verfügen, sollten Sie das Protokoll regelmäßig auf Garmin Connect oder Garmin Training Center übertragen (Seite 20).

Das Protokoll enthält Angaben zu Zeit, Distanz, Kalorien, Durchschnittsgeschwindigkeit, Maximal-Geschwindigkeit, Höhe und detaillierte Informationen zu Runden. Die Protokolldaten auf dem Edge können auch Angaben zur Herzfrequenz, Trittfrequenz und Leistung umfassen.

HINWEIS: Wenn die Stoppuhr angehalten oder unterbrochen wurde, werden keine Protokolldaten aufgezeichnet.

Anzeigen einer Fahrt

Wählen Sie **MENÜ** > **Protokoll** > **Aktivitäten**.

Anzeigen der Gesamtwerte für Distanz und Zeit

Wählen Sie **MENÜ** > **Protokoll** > **Gesamt**, um die Gesamtwerte für Fahrtdistanz und -zeit anzuzeigen.

Verwenden kostenloser Software

Garmin stellt zwei Softwareanwendungen zum Speichern und Analysieren von Fahrtdaten zur Verfügung:

- Garmin Connect ist eine webbasierte Software.
- Garmin Training Center ist eine computergestützte Software, für die nach der Installation kein Internetzugriff erforderlich ist.

1. Rufen Sie die Website www.garmin.com/intosports auf.
2. Wählen Sie das Produkt aus.

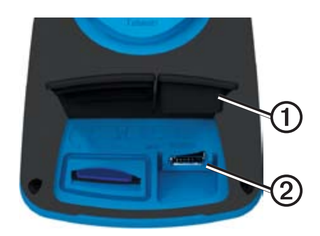
3. Klicken Sie auf **Software**.
4. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

Übertragen des Protokolls auf den Computer

HINWEIS

Zum Schutz vor Korrosion sollten Sie den mini-USB-Anschluss, die Schutzkappe und den umliegenden Bereich vor dem Aufladen oder dem Anschließen an einen Computer sorgfältig abtrocknen.

1. Schließen Sie das USB-Kabel an einen freien USB-Anschluss des Computers an.
2. Heben Sie die Schutzkappe ① über dem mini-USB-Anschluss ② an.



3. Stecken Sie den kleinen USB-Stecker des USB-Kabels in den mini-USB-Anschluss.
4. Öffnen Sie Garmin Connect (www.garminconnect.com) oder Garmin Training Center.
5. Folgen Sie den Anweisungen der Software.

Löschen des Protokolls

Nachdem Sie das Protokoll auf den Computer übertragen haben, möchten Sie es möglicherweise vom Edge löschen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Protokoll** > **Löschen**.
2. Wählen Sie eine Option:
   - Wählen Sie **Alle Aktivitäten**, um alle Fahrtdaten aus dem Protokoll zu löschen.
   - Wählen Sie **Alte Aktivitäten**, um Aktivitäten zu löschen, die vor über einem Monat aufgezeichnet wurden.
   - Wählen Sie **Alle Gesamt**, um die Gesamtwerte für Fahrtdistanz und Zeit zurückzusetzen.

HINWEIS: Dadurch wird das Protokoll nicht gelöscht.

3. Wählen Sie **Ja** aus.

Datenaufzeichnung

Der Edge verwendet die intelligente Aufzeichnung. Damit erfolgt die Aufzeichnung wichtiger Punkte, an denen Sie die Richtung oder die Geschwindigkeit ändern bzw. an denen sich die Herzfrequenz ändert.

Wenn ein Leistungsmesser eines Drittanbieters (Seite 16) gekoppelt wird, zeichnet der Edge jede Sekunde Punkte auf. Bei der jede Sekunde stattfindenden Punktaufzeichnung wird viel verfügbarer Speicher auf dem Edge beansprucht.

Informationen zum Durchschnitt ohne Nullwerte für Trittfrequenz- und Leistungsdaten finden Sie auf den Seite 16–17.

Ändern des Datenspeicherorts

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Datenaufzeichnung** > **Aufzeichnung auf**.
2. Wählen Sie **Interner Speicher** (Gerätespeicher) oder **Speicherkarte** (optionale Speicherkarte erforderlich).

Einlegen einer microSD-Karte

microSD-Speicherkarten sind im Elektronik-fachgeschäft erhältlich. Datenkarten mit vorinstallierten Detailkarten können Sie von Garmin-Händlern erwerben.

1. Heben Sie die Schutzkappe ① über dem microSD-Kartensteckplatz ② an.



2. Schieben Sie die Karte in den Steckplatz ein, bis sie einrastet.

Datenverwaltung

Sie können den Edge als USB-Massenspeichergerät verwenden.

HINWEIS: Das Gerät ist nicht mit Windows® 95, 98, Me oder NT kompatibel. Ebenso ist das Gerät auch nicht mit Mac® OS 10.3 und früheren Versionen kompatibel.

Anschließen des USB-Kabels

HINWEIS

Zum Schutz vor Korrosion sollten Sie den mini-USB-Anschluss, die Schutzkappe und den umliegenden Bereich vor dem Aufladen oder dem Anschließen an einen Computer sorgfältig abtrocknen.

1. Schließen Sie das USB-Kabel an einen USB-Anschluss des Computers an.
2. Heben Sie die Schutzkappe über dem mini-USB-Anschluss an.
3. Stecken Sie den kleinen USB-Stecker des USB-Kabels in den mini-USB-Anschluss.

   Das Gerät sowie die Speicherkarte (optional) werden unter Windows im Arbeitsplatz als Wechseldatenträger und unter Mac als verbundene Laufwerke angezeigt.

Laden von Dateien

Nachdem Sie das Gerät an den Computer angeschlossen haben, können Sie folgende Dateien manuell auf das Gerät laden: .tcx, .fit, .gpx und .crs.

1. Suchen Sie die gewünschte Datei auf dem Computer.
2. Wählen Sie **Bearbeiten** > **Kopieren**.
3. Öffnen Sie das Laufwerk „Garmin“.
4. Öffnen Sie den Ordner **Garmin\NewFiles**.
5. Wählen Sie **Bearbeiten** > **Einfügen**.

Löschen von Dateien

HINWEIS

Der Speicher des Geräts enthält wichtige Systemdateien, die nicht gelöscht werden dürfen.

Nachdem Sie das Gerät an den Computer angeschlossen haben, können Sie Dateien manuell löschen.

1. Öffnen Sie das Garmin-Laufwerk oder das Laufwerk der Speicherkarte.
2. Wählen Sie die Datei aus.
3. Drücken Sie auf der Tastatur die Taste **Entf**.

Entfernen des USB-Kabels

Wenn Sie die Dateiverwaltung abgeschlossen haben, können Sie das USB-Kabel entfernen.

1. Führen Sie folgende Aktion aus:
    - Windows: Klicken Sie in der Taskleiste auf das Symbol **Hardware sicher entfernen** .
    - Mac: Ziehen Sie das Laufwerksymbol in den Papierkorb .
2. Trennen Sie das Gerät vom Computer.

Navigation

In diesem Abschnitt werden folgende Funktionen und Einstellungen beschrieben:

- Positionen und die Option **Zieleingabe** (Seite 25)
- Routeneinstellungen (Seite 27)
- Optionale Karten (Seite 28)
- Karteneinstellungen (Seite 30)

Positionen

Sie können Positionen mit dem Gerät aufzeichnen und dort speichern.

Speichern von Positionen

Sie haben die Möglichkeit, Ihre aktuelle Position zu speichern, z. B. Ihr Zuhause oder einen Parkplatz. Bevor Sie die Position speichern können, müssen Satellitensignale erfasst werden.

1. Wählen Sie auf der Karte das Positionssymbol .

   Das Positionssymbol zeigt Ihre Position auf der Karte an.
2. Wählen Sie **Speichern** oder **Speichern und bearbeiten**.

Speichern von Positionen über die Karte

1. Wählen Sie auf der Karte die Option .
2. Suchen Sie auf der Karte nach der Position.

   Eine Reißzwecke ① kennzeichnet die Position. Oben auf der Karte werden Positionsdaten angezeigt.



3. Wählen Sie den Namen ②, um zusätzliche Positionsdaten anzuzeigen.
4. Wählen Sie > **OK**, um die Position zu speichern.

5. Wählen Sie [pencil icon], um die Details der Position zu bearbeiten.

Navigieren zu einer gespeicherten Position

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Positionen**.
2. Wählen Sie eine Position > **Los**.

Navigieren zu kürzlich gefundenen Positionen

Im Gerät werden die letzten 50 gefundenen Positionen gespeichert.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Kürzlich gefundene Elemente**.
2. Wählen Sie eine Position > **Los**.

Navigieren zu bekannten Koordinaten

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Koordinaten**.
2. Geben Sie die Koordinaten ein, und wählen Sie [checkmark icon].
3. Wählen Sie **Los**.

Navigation zurück zum Start

Sie können jederzeit während der Fahrt zum Startpunkt zurückkehren. Sie müssen die Stoppuhr starten, um diese Funktion verwenden zu können.

1. Drücken Sie während der Fahrt die Taste **STOP**, setzen Sie die Stoppuhr jedoch nicht zurück.
2. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Zurück zum Start** > **Los**.

   Der Edge führt Sie zurück zum Startpunkt der Fahrt.

Beenden der Navigation

Wählen Sie während der Navigation zu einer Position die Option **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Navigation stopp**.

Projizieren von Positionen

Sie können eine neue Position erstellen, indem Sie die Distanz und Peilung von einer markierten Position auf eine neue Position projizieren.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Positionen**.
2. Wählen Sie eine Position aus.
3. Wählen Sie den Namen aus.
4. Wählen Sie .
5. Wählen Sie **Projizierte Position**.
6. Geben Sie Peilung und Distanz zur projizierten Position ein.
7. Wählen Sie **Speichern** oder **Speichern und bearbeiten**.

Bearbeiten von Positionen

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Positionen**.
2. Wählen Sie eine Position aus.
3. Wählen Sie den Namen aus.
4. Wählen Sie .
5. Wählen Sie ein Attribut aus.

   Wählen Sie beispielsweise **Höhe ändern**, um eine für die Position bekannte Höhe einzugeben.
6. Geben Sie die neuen Informationen ein.

Löschen von Positionen

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Positionen**.
2. Wählen Sie eine Position aus.
3. Wählen Sie den Namen aus.
4. Wählen Sie > **Position löschen**.

Routeneinstellungen

Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Routing**.

- **Routenpräferenz**: Ermöglicht es Ihnen, eine Routenpräferenz für die Berechnung der Route auszuwählen.
  - **Luftlinien-Modus**: Berechnet Punkt-zu-Punkt-Routen.

- ◦ **Kürzere Zeit** (routingfähige Karten erforderlich): Berechnet Routen auf Straßen, die die kürzeste Fahrzeit benötigen.
- ◦ **Kürzere Strecke** (routingfähige Karten erforderlich): Berechnet Routen auf Straßen mit kürzester Distanz.
- **Routen berechnen für**: Ermöglicht die Auswahl eines Verkehrsmittels zur Optimierung der Route.
- **Auf Strasse zeigen** (routingfähige Karten erforderlich): Positioniert den Zeiger für die aktuelle Position auf der nächstgelegenen Straße, um Abweichungen der Positionsgenauigkeit der Karte auszugleichen.
- **Luftlinienübergänge**
  - ◦ **Automatisch**: Führt Sie automatisch zum nächsten Punkt.
  - ◦ **Manuell**: Ermöglicht es Ihnen, den nächsten Punkt auf der Route auszuwählen, indem Sie den Punkt auf der Seite **Aktive Route** verwenden.
  - ◦ **Distanz**: Führt Sie zum nächsten Punkt auf der Route, wenn Sie sich innerhalb einer bestimmten Entfernung zum aktuellen Punkt befinden.
- **Vermeidung einrichten** (routingfähige Karten erforderlich): Ermöglicht es Ihnen, den zu vermeidenden Straßentyp auszuwählen.

Erwerben weiterer Karten

Rufen Sie die Website http://buy.garmin.com auf, oder wenden Sie sich an einen Garmin-Händler.

Ermitteln Sie die Versionen der auf dem Edge geladenen Karten, indem Sie **MENÜ** > [icon] > **System** > **Karte** > **Karteninformationen** wählen.

Suchen von Adressen

Sie können optionale City Navigator®-Karten verwenden, um nach Adressen, Orten und anderen Positionen zu suchen. Die detaillierten und routingfähigen Karten enthalten Millionen von Points of Interest, z. B. Restaurants, Hotels und Autoservices.

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Adresse**.
2. Ändern Sie bei Bedarf Bundesland, Land oder Provinz.
3. Wählen Sie **Stadt/Ort eingeben**.

   TIPP: Wenn Sie sich bezüglich der Stadt bzw. des Orts nicht sicher sind, wählen Sie **Alle durchsuchen**.
4. Geben Sie die Stadt bzw. den Ort ein, und wählen Sie ✓.
5. Wählen Sie bei Bedarf die Stadt bzw. den Ort aus.
6. Wählen Sie **Hausnummer eingeben**, geben Sie die Nummer ein, und wählen Sie ✓.
7. Wählen Sie **Strasse eingeben**, geben Sie den Namen ein, und wählen Sie ✓.
8. Wählen Sie bei Bedarf die Straße aus.
9. Wählen Sie bei Bedarf die Adresse aus.
10. Wählen Sie **Los**.

Suchen nach Points of Interest

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe**.
2. Wählen Sie eine Kategorie.

   TIPP: Wenn Ihnen der Name des Unternehmens bekannt ist, wählen Sie **Alle POIs** > , um den Namen einzugeben.
3. Wählen Sie bei Bedarf eine Unterkategorie aus.
4. Wählen Sie eine Position > **Los**.

Suchen von nahegelegenen Positionen

1. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe**.
2. Wählen Sie .
3. Wählen Sie eine Option.
4. Wählen Sie eine Kategorie und ggf. eine Unterkategorie aus.
5. Wählen Sie eine Position > **Los**.

Ändern der Kartenausrichtung

1. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **System** > **Karte** > **Ausrichtung**.
2. Wählen Sie eine Ausrichtung:
    - Wählen Sie **Norden oben**, um Norden oben auf der Seite anzuzeigen.
    - Wählen Sie **In Fahrtrichtung**, um die aktuelle Fahrtrichtung oben auf der Seite anzuzeigen.
    - Wählen Sie **Fahrzeugmodus**, um eine 3D-Ansicht anzuzeigen.

Karteneinstellungen

Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **System** > **Karte**.

- **Ausrichtung**: Wählen Sie, wie die Karte angezeigt werden soll (Seite 30).
- **Auto-Zoom**: Wählt automatisch den passenden Zoommaßstab zur optimalen Benutzung der Karte aus. Wenn die Option **Aus** gewählt ist, müssen Sie die Ansicht manuell vergrößern oder verkleinern.
- **Kartensichtbarkeit**: Ermöglicht Ihnen, erweiterte Kartenmerkmale einzurichten. Für die Optionen **Automatisch** und **Hoher Kontrast** sind voreingestellte Werte verfügbar. Wählen Sie **Benutzer**, um die einzelnen Werte einzurichten.
    - ◦ **Zoommassstäbe**: Elemente auf der Karte werden im oder unter dem ausgewählten Zoommaßstab angezeigt.
    - ◦ **Textgrösse**: Wählen Sie die Textgröße für Elemente auf der Karte aus.
    - ◦ **Details**: Wählen Sie, wie detailliert die Kartendaten angezeigt werden sollen.

      HINWEIS: Bei einer höheren Detaileinstellung dauert das Anzeigen der Karte möglicherweise länger.
    - ◦ **Plastische Karte**: Bietet eine plastische Darstellung auf der Karte (sofern verfügbar) oder deaktiviert die Funktion.
- **Karteninformationen**: Ermöglicht die Aktivierung oder Deaktivierung der derzeit auf dem Gerät geladenen Karten.

Einstellungen

Folgende Einstellungen und Funktionen des Edge können angepasst werden:

- Datenfelder (Seite 31)
- Fahrradprofile (Seite 36)
- Trainingseinstellungen (Seite 36)
- Systemeinstellungen (Seite 39)
- Benutzerprofileinstellungen (Seite 42)

Anpassen von Datenfeldern

Sie können für drei Stoppuhrseiten (die Strecken-, die Trainings- und die Höhenprofilseite) sowie für die Karte benutzerdefinierte Datenfelder einrichten.

1. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **Fahrradeinstellungen** > **Datenfelder**.
2. Wählen Sie eine Seite.
3. Wählen Sie die Anzahl der Datenfelder aus, die Sie auf der Seite anzeigen möchten.

   Deaktivieren Sie die Anzeige einer optionalen Seite, indem Sie für die Anzahl der Datenfelder die Option **Aus** wählen.
4. Wählen Sie ein Datenfeld aus, um es zu ändern.

Datenfelder

Datenfelder mit dem Symbol * zeigen englische oder metrische Einheiten an. Datenfelder mit dem Symbol ** erfordern einen ANT+-Sensor.

Datenfeld	Beschreibung
Abstieg gesamt *	Gesamter negativer Höhenunterschied für die aktuelle Strecke.
Akkuladestand	Die verbleibende Akkuleistung.
Ankunft nächster Wegpunkt	Die voraussichtliche Uhrzeit, zu der Sie den nächsten Punkt der Route oder Strecke erreichen.
Ankunftszeit	Die voraussichtliche Uhrzeit, zu der Sie das endgültige Ziel erreichen werden.
Aufstieg gesamt *	Gesamter positiver Höhenunterschied für die aktuelle Strecke.
Differenz bis HF **	Während eines Trainings wird die Differenz zwischen Herzfrequenz und Herzfrequenzziel angezeigt.

Datenfeld	Beschreibung
Distanz bis nächster Streckenpunkt	Die verbleibende Distanz bis zum nächsten Punkt der Route oder Strecke.
Distanz zum Ziel	Die Distanz zum endgültigen Ziel.
Distanz (Letzte Runde) *	Distanz der letzen beendeten Runde.
Distanz *	Auf der aktuellen Strecke zurückgelegte Distanz.
Durchschnitts-Geschwindigkeit *	Durchschnittsgeschwindigkeit für die Strecke.
Geschwindigkeit (Letzte Runde) **	Durchschnittliche Geschwindigkeit während der letzten vollständigen Runde.
Geschwindigkeit *	Aktuelle Geschwindigkeit.
GPS-Genauigkeit *	Die Fehlertoleranz für Ihre genaue Position. Beispielsweise liegt die GPS-Genauigkeit für Ihren Standort bei +/-3,66 m (12 Fuß).

Datenfeld	Beschreibung
GPS-Signalstärke	Die Stärke des GPS-Satellitensignals.
Herzfrequenz **	Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (Beats per Minute).
HF-Bereich **	Aktueller Herzfrequenz-bereich (1 bis 5). Die Standardbereiche beruhen auf Ihrem Benutzerprofil, der maximalen Herzfrequenz sowie der Herzfrequenz in der Ruhephase.
HF-Kurve **	Liniendiagramm des aktuellen Herzfrequenz-bereichs (1 bis 5).
HF – Runde **	Durchschnittliche Herzfrequenz für die aktuelle Runde.
HF – Runde %HFR **	Mittlerer Prozentsatz der Herzfrequenzreserve (Wert der Differenz aus maximaler Herzfrequenz und Herzfrequenz in Ruhe) der Runde.
HF – Runde %Max. **	Mittlerer Prozentsatz der höchsten Herzfrequenz während der Runde.

Datenfeld	Beschreibung
HF – %HFR **	Prozentsatz der Herzfrequenzreserve (Wert der Differenz aus maximaler Herzfrequenz und Herzfrequenz in Ruhe).
HF – %Max. **	Prozentsatz der maximalen Herzfrequenz.
HF – Ø **	Durchschnittliche Herzfrequenz für die Strecke.
HF – Ø %HFR **	Mittlerer Prozentsatz der Herzfrequenzreserve (Wert der Differenz aus maximaler Herzfrequenz und Herzfrequenz in Ruhe) des Laufs.
HF – Ø %Max. **	Mittlerer Prozentsatz der höchsten Herzfrequenz während des Laufs.
Höhe *	Höhe über/unter dem Meeresspiegel.
Höchstgeschwindigkeit *	Höchste Geschwindigkeit, die auf der aktuellen Strecke erzielt wurde.

Datenfeld	Beschreibung
Kalorien	Menge der insgesamt verbrannten Kalorien.
Kalorien (Fett)	Menge der verbrannten Fettkalorien.
Kilometerzähler	Die gesamte, bei allen Reisen zurückgelegte Distanz.
Leistungsbereich **	Aktueller Bereich der Leistungsabgabe (1 bis 7) basierend auf Ihrem FTP-Wert oder den benutzerdefinierten Einstellungen.
Leistung – 30s Ø **	Schnitt in Bewegung über einen Zeitraum von 30 Sekunden (Leistungsabgabe).
Leistung – 3s Ø **	Schnitt in Bewegung über einen Zeitraum von 3 Sekunden (Leistungsabgabe).
Leistung – kJ **	Gesamtbetrag (kumulativ) der Leistungsabgabe in Kilojoule.

Datenfeld	Beschreibung
Leistung – Runde **	Durchschnittliche Leistungsabgabe in der aktuellen Runde.
Leistung – Watt/kg **	Betrag der Leistungsabgabe in Watt pro Kilogramm.
Leistung **	Aktuelle Leistungsabgabe in Watt.
Leistung – %FTP **	Aktuelle Leistungsabgabe als Prozentsatz der leistungsbezogenen anaeroben Schwelle (FTP, Functional Threshold Power).
Leistung – Ø **	Durchschnittliche Leistungsabgabe für die aktuelle Strecke.
Leistung – Ø Letzte Runde **	Durchschnittliche Leistungsabgabe während der letzten vollständigen Runde.
Leistung (max.) Letzte Runde **	Höchste Leistung, die auf der letzten vollständigen Runde erzielt wurde.
Leistung (max.) **	Höchste Leistung, die auf der aktuellen Strecke erzielt wurde.
Neigung	Berechnung des Höhenunterschieds im Verlauf der Strecke. Wenn Sie beispielsweise pro 10 m Anstieg (Höhe) 200 m zurücklegen (Distanz), beträgt die Neigung 5 %.

Datenfeld	Beschreibung
Rest-Distanz	Während eines Trainings wird bei Verwendung eines Distanzziels die verbleibende Distanz angezeigt.
Richtung	Die Richtung, in die Sie sich bewegen.
Position beim nächsten Punkt	Der nächste Punkt auf der Route oder Strecke.
Position beim Ziel	Der letzte Punkt auf der Route oder Strecke.
Rundendistanz *	In der aktuellen Runde zurückgelegte Distanz.
Rundengeschwindigkeit *	Durchschnittliche Geschwindigkeit in der aktuellen Runde.
Runden	Anzahl der vollendeten Runden.
Rundenzeit	Für die aktuelle Runde benötigte Zeit.
Rundenzeit (Ø)	Durchschnittliche Zeit, die für die Vollendung der bisherigen Runden benötigt wurde.
Sonnenaufgang	Der Zeitpunkt des Sonnenaufgangs basierend auf der aktuellen GPS-Position.

Datenfeld	Beschreibung
Sonnenuntergang	Der Zeitpunkt des Sonnenuntergangs basierend auf der aktuellen GPS-Position.
Temperatur *	Aktuelle Temperatur in Fahrenheit oder Celsius. **HINWEIS**: Wenn der Edge direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt, in der Hand gehalten oder mit einem externen Akkupack aufgeladen wird, kann die vom Gerät angezeigte Temperatur über der tatsächlichen Temperatur liegen. Es kann auch eine gewisse Zeit dauern, bis sich der Edge an große Temperaturänderungen angepasst hat.
Trittfrequenz (Durchschnitt) **	Durchschnittliche Trittfrequenz Ihrer aktuellen Strecke.
Trittfrequenz (Runde) **	Durchschnittliche Trittfrequenz für die aktuelle Runde.
Trittfrequenz **	Umdrehungen der Tretkurbel pro Minute (Trittfrequenz).

Datenfeld	Beschreibung
Uhrzeit	Aktuelle Tageszeit, basierend auf Ihren Zeiteinstellungen (Format, Zeitzone und Sommerzeit).
Verbleibende Kalorien	Während eines Trainings werden bei Verwendung eines Kalorienziels die verbleibenden Kalorien angezeigt.
Verstrichene Zeit	Gesamte zwischen dem Drücken von **START** und **RESET** aufgezeichnete Zeit.
Vertikalgeschwindigkeit *	Aufstiegs- bzw. Abstiegsrate in Fuß oder Metern pro Stunde.
VG – 30s Ø *	Schnitt in Bewegung über einen Zeitraum von 30 Sekunden (Vertikalgeschwindigkeit).
Zeit	Stoppuhr-Zeit.
Zeit	Während eines Trainings wird bei Verwendung eines Zeitziels die verbleibende Zeit angezeigt.
Zeit bis Ziel	Die voraussichtliche Zeit, bis Sie das endgültige Ziel erreichen.

Datenfeld	Beschreibung
Zeit bis nächster Wegpunkt	Die voraussichtliche Zeit, bis Sie den nächsten Punkt der Route oder Strecke erreichen.
Zeit (Letzte Runde)	Zeit, die für die Beendigung der letzten vollständigen Runde benötigt wurde.

Aktualisieren des Fahrradprofils

Sie können drei Fahrradprofile anpassen. Der Edge verwendet das Fahrradgewicht und den Kilometerzähler-Wert sowie die Radgröße, um präzise Fahrtdaten zu berechnen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **Fahrradeinstellungen** > **Fahrradprofile**.
2. Wählen Sie ein Fahrrad.
3. Wählen Sie **Fahrradinformationen**.
4. Geben Sie einen Namen für das Fahrradprofil, das Fahrradgewicht und den Wert des Kilometerzählers ein.
5. Wenn Sie einen Geschwindigkeits-/Trittfrequenzsensor oder einen Power-Sensor verwenden, wählen Sie **Radgrösse**.
   - Wählen Sie **Automatisch**, um die Radgröße anhand der GPS-Distanz zu berechnen.
   - Wählen Sie **Benutzer**, um die Radgröße selbst einzugeben. Tabellen zu Radgröße und -umfang finden Sie auf Seite 50.

Trainingseinstellungen

Speichern von Runden nach Position

Sie können Auto Lap® verwenden, um die Runde an einer bestimmten Position automatisch zu speichern. Diese Funktion hilft Ihnen, Ihre Leistung während verschiedener Abschnitte einer Fahrt zu vergleichen (z. B. einen langen Anstieg oder Trainingssprints). Verwenden Sie beim Fahren von Strecken die Option **Nach Position**, um Runden an allen auf der Strecke gespeicherten Rundenpositionen auszulösen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Auto Lap** > **Auto Lap-Auslöser**.
2. Wählen Sie **Nach Position**.
3. Wählen Sie **Runde bei**.
4. Wählen Sie eine Option:
    - Wählen Sie **Nur Lap-Taste**, um den Rundenzähler jedes Mal auszulösen, wenn Sie die Taste **LAP** drücken und jedes Mal, wenn Sie eine der gewählten Positionen erneut passieren.
    - Wählen Sie **Start und Lap**, um den Rundenzähler an der GPS-Position auszulösen, an der Sie die Taste **START** drücken, und an jeder Position, an der Sie die Taste **LAP** drücken.
    - Wählen Sie **Speichern und Lap**, um den Rundenzähler an einer bestimmten, vor der Fahrt gespeicherten GPS-Position und an jeder Position während der Fahrt auszulösen, an der Sie die Taste **LAP** drücken.
5. Passen Sie bei Bedarf die Datenfelder für die Runde an (Seite 31).

Speichern von Runden nach Distanz

Sie können Auto Lap verwenden, um die Runde bei einer bestimmten Distanz automatisch zu speichern. Diese Funktion hilft Ihnen, Ihre Leistung während verschiedener Abschnitte einer Fahrt zu vergleichen (z. B. alle 10 Meilen oder 40 Kilometer).

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Auto Lap** > **Auto Lap-Auslöser**.
2. Wählen Sie **Nach Distanz**.
3. Wählen Sie **Runde bei**.
4. Geben Sie einen Wert ein.
5. Passen Sie bei Bedarf die Datenfelder für die Runde an (Seite 31).

Verwenden von Auto Pause

Sie können Auto Pause® verwenden, um die Stoppuhr automatisch anzuhalten, wenn Sie aufhören, sich zu bewegen oder wenn Ihre Geschwindigkeit unter einen bestimmten Wert absinkt. Diese Funktion ist nützlich, wenn die Strecke Ampeln oder sonstige Stellen enthält, an denen Sie abbremsen oder anhalten müssen.

HINWEIS: Die Pausen-Zeit wird nicht mit den Protokolldaten gespeichert.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Auto Pause** > **Auto Pause-Modus**.
2. Wählen Sie eine Option:
   - Wählen Sie **Wenn angehalten**, um die Stoppuhr automatisch anzuhalten, wenn Sie sich nicht mehr fortbewegen.
   - Wählen Sie **Benutzerdefinierte Geschwindigkeit**, um die Stoppuhr automatisch anzuhalten, wenn die Geschwindigkeit unter einen bestimmten Wert absinkt.
3. Passen Sie bei Bedarf die Datenfelder für die Zeit an (Seite 31).

   Zeigen Sie die gesamte Zeit an (vom Drücken der Taste **START** bis zum Drücken der Taste **RESET**), indem Sie das Datenfeld **Verstrichene Zeit** auswählen.

Verwenden der Funktion zum automatischen Seitenwechsel

Mit der Funktion zum automatischen Seitenwechsel werden bei laufender Stoppuhr alle Seiten mit Trainingsdaten automatisch fortlaufend angezeigt.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Auto Seitenwechsel** > **Autom. Seitenwechsel-Geschwindigkeit**.
2. Wählen Sie eine Anzeigegeschwindigkeit: **Langsam**, **Mittel** oder **Schnell**.

Ändern des Hinweises für den Stoppuhrstart

Diese Funktion erkennt automatisch, wenn das Gerät Satellitensignale erfasst hat und sich in Bewegung befindet. Dabei werden Sie daran erinnert, die Stoppuhr zu starten, damit die Aufzeichnung der Fahrtdaten beginnt.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **Fahrradeinstellungen** > **Hinweis für Stoppuhrstart** > **Modus für Hinweis für Stoppuhrstart**.
2. Wählen Sie eine Option:
   - Wählen Sie **Einmal**.
   - Wählen Sie **Wiederholung** > **Hinweis erneut anzeigen**, um den Zeitraum zu ändern, nach dem der Hinweis erneut angezeigt wird.

Systemeinstellungen

- GPS-Einstellungen (Seite 39)
- Anzeigeeinstellungen (Seite 40)
- Karteneinstellungen (siehe Kapitel „Navigation“, Seite 30)
- Routeneinstellungen (siehe Kapitel „Navigation“, Seite 27)
- Datenaufzeichnungseinstellungen (siehe Kapitel „Protokoll“, Seite 22)
- Geräteeinstellungen (Seite 41)
- Systemeinstellungen (Seite 41)
- Konfigurationseinstellungen (Seite 41)
- Einstellungen der Waage (Seite 42)

GPS-Einstellungen

Training in Gebäuden

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **GPS** > **GPS-Modus**.
2. Wählen Sie **Aus**.

Wenn GPS deaktiviert ist, stehen Geschwindigkeits- und Distanzdaten nur zur Verfügung, wenn Sie über einen optionalen Sensor verfügen, der Geschwindigkeits- und Distanzdaten an den Edge sendet (z. B. der GSC 10). Wenn Sie den Edge das nächste Mal einschalten, sucht das Gerät erneut nach Satellitensignalen.

Festlegen der Höhe

Wenn genaue Höhendaten für die aktuelle Position vorliegen, können Sie den Höhenmesser des Geräts manuell kalibrieren.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **GPS** > **Höhe festlegen**.
2. Geben Sie die Höhe ein, und wählen Sie .

Speichern der Position

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **GPS** > **Position speichern**.
2. Wählen Sie **Speichern**, um die aktuelle Position zu speichern, oder wählen Sie **Speichern und bearbeiten**.

Satellitenseite

Auf der Satellitenseite werden die aktuellen GPS-Satelliteninformationen angezeigt.

Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **GPS** > **Satelliten anzeigen**.

Auf der Satellitenseite wird die GPS-Genauigkeit unten auf der Seite angezeigt. Die grünen Balken kennzeichnen die Stärke der jeweils empfangenen Satellitensignale. (Die Satellitennummer wird unter dem jeweiligen Balken angezeigt.)

Weitere Informationen zu GPS finden Sie unter www.garmin.com/aboutGPS.

Anzeigeeinstellungen

Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Anzeige**.

- **Display-Beleuchtung**: Siehe Seite 47.
- **Hintergrund**: Richtet das Hintergrundbild ein.
- **Screenshot**: Ermöglicht die Aufnahme von Screenshots mit dem Gerät.
- **Bildschirmkalibrierung**: Siehe Seite 52.

Anpassen der Einstellungen für Einheiten

Sie können die Maßeinheiten für Distanz und Geschwindigkeit, Höhe, Temperatur, Gewicht und Positionsformat anpassen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Einheiten**.
2. Wählen Sie eine Einstellung.
3. Wählen Sie eine Einheit für die Einstellung.

Systemeinstellungen

Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Systemeinstellungen**.

- **Sprache**: Stellt die Sprache des Geräts ein.
- **Töne**: Stellt die hörbaren Töne ein.
- **Zeitformat**: Wählt das 12- oder 24-Stunden-Format.
- **Automatisch abschalten**: Siehe Seite 47.

Zeitzonen

Jedes Mal, wenn Sie das Gerät einschalten und Satellitensignale erfassen, ermittelt das Gerät automatisch die Zeitzone und die aktuelle Uhrzeit.

Ändern der Konfigurationseinstellungen

Sie können alle Einstellungen ändern, die Sie bei der ersten Einrichtung konfiguriert haben.

1. Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Grundeinstellungen** > **Ja**.
2. Schalten Sie das Gerät aus.
3. Schalten Sie das Gerät ein.
4. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

Verwenden der Waage

Wenn Sie über eine Waage verfügen, die mit ANT+ kompatibel ist, kann der Edge Daten von der Waage lesen.

1. Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **System** > **Waage**.

   Eine Meldung wird angezeigt, wenn die Waage gefunden wird.

2. Stellen Sie sich bei entsprechender Aufforderung auf die Waage.

   HINWEIS: Ziehen Sie bei Verwendung einer Körperanalysewaage Schuhe und Strümpfe aus, um sicherzustellen, dass alle für die Analyse erforderlichen Parameter gelesen und aufgezeichnet werden.

3. Steigen Sie bei entsprechender Aufforderung von der Waage.

   TIPP: Falls ein Fehler auftritt, steigen Sie von der Waage. Stellen Sie sich bei entsprechender Aufforderung auf die Waage.

Benutzerprofileinstellungen

Sie können die Einstellungen für Geschlecht, Alter, Gewicht, Größe und Aktivitätsklasse aktualisieren. Das Gerät verwendet diese Informationen zur Berechnung genauer Fahrtdaten.

Wählen Sie **MENÜ** > [icon] > **Benutzerprofil**.

Informationen zu Kalorien

Die Technologie zum Analysieren des Kalorienverbrauchs und der Herzfrequenz wird von Firstbeat Technologies Ltd. bereitgestellt und unterstützt. Weitere Informationen finden Sie unter www.firstbeattechnologies.com.

Anhang

Registrieren des Geräts

Helfen Sie uns, unseren Service weiter zu verbessern, und füllen Sie die Online-Registrierung noch heute aus.

- Rufen Sie die Website http://my.garmin.com auf.
- Bewahren Sie die Originalquittung oder eine Fotokopie an einem sicheren Ort auf.

Informationen zum Edge

Zeigen Sie wichtige Softwareinformationen und die Geräte-ID an, indem Sie **MENÜ** > [icon] > **Über Edge** wählen.

Aktualisieren der Software

1. Wählen Sie eine Option:
    - Verwenden Sie WebUpdater. Rufen Sie die Website www.garmin.com/products/webupdater auf.
    - Verwenden Sie Garmin Connect. Rufen Sie die Website www.garminconnect.com auf.
2. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

Kontaktaufnahme mit dem Support von Garmin

Wenden Sie sich an den Support von Garmin, wenn Sie Fragen zum Produkt haben.

- Besuchen Sie als Kunde in den USA die Website www.garmin.com/support, oder wenden Sie sich telefonisch unter +1-913-397-8200 oder +1-800-800-1020 an Garmin USA.
- In Großbritannien wenden Sie sich telefonisch unter 0808-238-0000 an Garmin (Europe) Ltd.
- Besuchen Sie in Europa die Website www.garmin.com/support, und klicken Sie auf **Contact Support**, um

Supportinformationen für das jeweilige Land zu erhalten. Alternativ können Sie sich telefonisch unter +44 (0) 870-850-1241 an Garmin (Europe) Ltd. wenden.

Erwerben von optionalem Zubehör

Rufen Sie die Website http://buy.garmin.com auf, oder wenden Sie sich an einen Garmin-Händler, um Informationen zu optionalem Zubehör und Ersatzteilen zu erhalten.

Pflegen des Geräts

HINWEIS

Bewahren Sie das Gerät nicht an Orten auf, an denen es evtl. über längere Zeit sehr hohen oder sehr niedrigen Temperaturen ausgesetzt ist, da dies zu Schäden am Gerät führen kann.

Bedienen Sie den Touchscreen nie mit harten oder scharfen Gegenständen, da dies zu Schäden am Touchscreen führen kann.

Verwenden Sie keine chemischen Lösungsmittel, die die Kunststoffteile beschädigen könnten.

Reinigen des Geräts

1. Verwenden Sie ein weiches Tuch, das leicht mit einer milden Reinigungslösung befeuchtet ist.
2. Wischen Sie das Gerät trocken.

Reinigen des Bildschirms

1. Verwenden Sie ein weiches, sauberes und fusselfreies Tuch.
2. Verwenden Sie bei Bedarf Wasser, Isopropanol oder Brillenreiniger.
3. Feuchten Sie das Tuch damit leicht an, und wischen Sie den Bildschirm vorsichtig ab.

Technische Daten

HINWEIS

Der Edge ist gemäß IEC-Norm 60529 IPX7 wasserdicht. In einer Tiefe von einem Meter widersteht das Gerät 30 Minuten lang dem Eindringen von Wasser. Eine längere Eintauchzeit kann zu Schäden am Gerät führen. Reiben Sie das Gerät nach Kontakt mit Wasser trocken und lassen Sie es an der Luft trocknen, bevor Sie es verwenden oder aufladen.

Technische Daten: Edge	
Akkutyp	Wiederaufladbarer, integrierter Lithium-Ionen-Akku mit 1100 mAh
Akkulaufzeit	15 Stunden, normaler Gebrauch
Optionaler externer Akku (Zubehör)	20 Stunden, normaler Gebrauch
Betriebstemperaturbereich	-20 °C bis 60 °C (-4 °F bis 140 °F)
Ladetemperaturbereich	0 °C bis 45 °C (32 °F bis 113 °F)

Technische Daten: Edge	
Bänder (Dichtungsringe) für die Edge-Halterung	Zwei Größen: • 3,3 × 3,9 × 2,3 cm (1,3 × 1,5 × 0,9 Zoll) AS568-125 • 4,3 × 4,8 × 2,3 cm (1,7 × 1,9 × 0,9 Zoll) AS568-131 **HINWEIS**: Verwenden Sie ausschließlich Ersatzbänder aus EPDM (Ethylen-Propylen-Dien-Monomer). Weitere Informationen erhalten Sie unter http://buy.garmin.com oder von einem Garmin-Händler.

Technische Daten: Herzfrequenzsensor	
Wasserbeständig	30 m (98,4 Fuß) Dieses Produkt überträgt beim Schwimmen keine Herzfrequenzdaten an das GPS-Gerät.
Batterie	Auswechselbare CR2032-Batterie, 3 Volt (Seite 48)
Batterielebensdauer	Ca. 4,5 Jahre (1 Stunde pro Tag)
Betriebstemperatur	-5 °C bis 50 °C (23 °F bis 122 °F) **HINWEIS**: Tragen Sie bei kaltem Wetter entsprechende Kleidung, um die Temperatur des Herzfrequenzsensors in etwa auf Körpertemperatur zu halten.
Funkfrequenz/ Protokoll	2,4 GHz/ANT+-Funkübertragungsprotokoll

Technische Daten: GSC 10	
Wasserbeständig	IPX7
Batterie	Auswechselbare CR2032-Batterie, 3 Volt (Seite 48)
Batterielebensdauer	Ca. 1,4 Jahre (1 Stunde pro Tag)
Betriebstemperatur	-15 °C bis 70 °C (5 °F bis 158 °F)
Funkfrequenz/ Protokoll	2,4 GHz/ANT+-Funkübertragungsprotokoll

Informationen zum Akku

⚠ WARNUNG

Dieses Produkt ist mit einem Lithium-Ionen-Akku ausgestattet. Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen in der Anleitung *Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*, die dem Produkt beiliegt.

Optimieren der Akkulaufzeit

Die übermäßige Verwendung der Beleuchtung kann zu einer beträchtlichen Verringerung der Akkulaufzeit führen.

Verringern der Beleuchtung

1. Drücken Sie ⏻, um die Statusseite zu öffnen.
2. Stellen Sie die Helligkeit ein.

Anpassen der Display-Beleuchtung

1. Wählen Sie **MENÜ** > 🔧 > **System** > **Anzeige** > **Display-Beleuchtung**.
2. Wählen Sie eine kürzere Dauer für die Display-Beleuchtung.

Aktivieren der Funktion für automatisches Abschalten

Mit dieser Funktion wird der Edge nach 15-minütiger Inaktivität automatisch ausgeschaltet.

1. Wählen Sie **MENÜ** > 🔧 > **System** > **Systemeinstellungen** > **Automatisch abschalten**.
2. Wählen Sie **Ein**.

Aufladen des Edge

HINWEIS

Zum Schutz vor Korrosion sollten Sie den mini-USB-Anschluss, die Schutzkappe und den umliegenden Bereich vor dem Aufladen oder dem Anschließen an einen Computer sorgfältig abtrocknen.

1. Schließen Sie das Ladegerät an eine Steckdose an.
2. Heben Sie die Schutzkappe ① über dem mini-USB-Anschluss ② an.



3. Schließen Sie das kleine Ende des Netzteilkabels an den mini-USB-Anschluss an.

   Informationen zum Anschließen des Geräts an den Computer mit dem USB-Kabel finden Sie auf Seite 21.

4. Laden Sie das Gerät vollständig auf.

Ein vollständig aufgeladener Akku hält ca. 15 Stunden, bevor er erneut aufgeladen werden muss.

Batterien für Herzfrequenzsensor und GSC 10

⚠ WARNUNG

Verwenden Sie zum Entnehmen von auswechselbaren Batterien keine scharfen Gegenstände.

⚠ ACHTUNG

Wenden Sie sich zum ordnungsgemäßen Recycling der Batterien an die zuständige Abfallentsorgungsstelle. Material: Perchlorate – möglicherweise ist eine spezielle Handhabung erforderlich. Siehe www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

Auswechseln der Batterie des Herzfrequenzsensors

1. Entfernen Sie die vier Schrauben auf der Rückseite des Moduls mit einem kleinen Kreuzschlitzschraubendreher.
2. Entfernen Sie die Abdeckung und den Akku.



3. Warten Sie 30 Sekunden.
4. Setzen Sie die neue Batterie ein, wobei die Seite mit dem Plus nach oben zeigen sollte.

   HINWEIS: Beschädigen oder verlieren Sie den Dichtungsring nicht.

5. Setzen Sie die Abdeckung wieder auf, und drehen Sie die Schrauben ein.

Nachdem Sie die Batterie des Herzfrequenzsensors ausgetauscht haben, müssen Sie ihn wieder mit dem Gerät koppeln.

Auswechseln der GSC 10-Batterie

1. Die runde Batterieabdeckung ① befindet sich seitlich am GSC 10.



2. Drehen Sie die Abdeckung mit einer Münze gegen den Uhrzeigersinn, bis Sie sie abnehmen können. (Der Pfeil muss auf UNLOCKED zeigen.)
3. Entfernen Sie die Abdeckung und die Batterie ②.
4. Warten Sie 30 Sekunden.
5. Setzen Sie die neue Batterie ein, wobei die Seite mit dem Plus nach oben zeigen sollte.

   HINWEIS: Achten Sie darauf, dass der Dichtungsring auf der Abdeckung nicht beschädigt wird oder verloren geht.
6. Drehen Sie die Abdeckung mit einer Münze im Uhrzeigersinn wieder in die Ausgangsstellung zurück. (Der Pfeil muss auf LOCKED zeigen.)

Nachdem Sie die Batterie des GSC 10 ausgetauscht haben, müssen Sie ihn wieder mit dem Gerät koppeln.

Radgröße und -umfang

Die Radgröße ist auf beiden Seiten des Reifens angegeben. Informationen zum Ändern des Fahrradprofils finden Sie auf Seite 36.

Radgröße	L (mm)
12 × 1,75	935
14 × 1,5	1020
14 × 1,75	1055
16 × 1,5	1185
16 × 1,75	1195
18 × 1,5	1340
18 × 1,75	1350
20 × 1,75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 Schlauch	1785
24 × 1-1/8	1795

Radgröße	L (mm)
24 × 1-1/4	1905
24 × 1,75	1890
24 × 2,00	1925
24 × 2,125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1(59)	1913
26 × 1(65)	1952
26 × 1,25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1-3/8	2068
26 × 1-1/2	2100
26 × 1,40	2005
26 × 1,50	2010
26 × 1,75	2023
26 × 1,95	2050
26 × 2,00	2055
26 × 2,10	2068

Radgröße	L (mm)
26 × 2,125	2070
26 × 2,35	2083
26 × 3,00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
650 × 35A	2090
650 × 38A	2125
650 × 38B	2105
700 × 18C	2070
700 × 19C	2080
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155

Radgröße	L (mm)
700C Schlauch	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Fehlerbehebung

Problem	Lösung
Ich muss den Touchscreen kalibrieren.	Wählen Sie **MENÜ** > > **System** > **Anzeige** > **Bildschirmkalibrierung**.
Die Tasten reagieren nicht. Wie kann ich den Edge zurücksetzen?	Halten Sie 10 Sekunden lang gedrückt. **HINWEIS**: Bei diesem Vorgang werden weder Daten noch Einstellungen gelöscht.
Ich möchte alle Benutzerdaten vom Edge löschen.	**HINWEIS**: Mit diesem Vorgang werden alle vom Benutzer eingegebenen Daten gelöscht. Das Protokoll wird jedoch nicht gelöscht. 1. Schalten Sie das Gerät aus. 2. Berühren Sie mit dem Finger die obere linke Ecke des Touchscreens. 3. Lassen Sie den Finger auf dem Touchscreen, und schalten Sie das Gerät ein. 4. Wählen Sie **Ja** aus.
Das Gerät erfasst keine Satellitensignale.	1. Bringen Sie das Gerät ins Freie, abseits von Parkhäusern, hohen Gebäuden und Bäumen. 2. Schalten Sie das Gerät ein. 3. Behalten Sie Ihre Position für einige Minuten bei.
Der Akku hält nicht lange.	Reduzieren Sie die Helligkeit der Beleuchtung und die Dauer (Seite 47).
Wie erkenne ich, ob sich der Edge im USB-Massenspeichermodus befindet?	Bei Windows-Computern sollte unter **Arbeitsplatz** ein neuer Wechseldatenträger und bei Mac-Computern ein verbundenes Laufwerk angezeigt werden.

Problem	Lösung
Der Edge ist an den Computer angeschlossen, aber er wechselt nicht in den Massenspeichermodus.	Sie haben möglicherweise eine beschädigte Datei geladen. 1. Trennen Sie den Edge vom Computer. 2. Schalten Sie den Edge aus. 3. Halten Sie die Taste **RESET** gedrückt, während Sie den Edge an den Computer anschließen. Halten Sie die Taste **RESET** weitere 10 Sekunden gedrückt, bzw. halten Sie sie so lange gedrückt, bis der Edge in den Massenspeichermodus wechselt.
Auf dem Computer werden keine neuen Wechseldatenträger angezeigt.	Wenn mehrere Netzlaufwerke an einen Computer angeschlossen sind, kann es unter Windows beim Zuweisen der Laufwerkbuchstaben zu Problemen kommen. Informationen zum Zuweisen von Laufwerkbuchstaben erhalten Sie in der Hilfe zu Ihrem Betriebssystem.
Die Strecken-, Routen- oder Trackdatei wurde umbenannt.	Sie können .tcx-, .gpx- und .crs-Dateien auf den Edge laden. Wenn Sie die Strecke auswählen, wird die Datei in eine .fit-Streckendatei konvertiert.
Ich kann den Wegpunkt nicht finden, den ich auf das Gerät übertragen habe.	Wegpunkte werden konvertiert und der Datei locations.fit hinzugefügt. Wählen Sie **MENÜ** > **Zieleingabe** > **Positionen**.
Einige meiner Daten fehlen im Edge-Protokoll.	Wenn der Speicher des Edge voll ist, werden keine Daten mehr aufgezeichnet. Um Datenverlust zu vermeiden, sollten Sie regelmäßig Daten auf den Computer übertragen.
Ich muss die Bänder für die Befestigung austauschen.	Rufen Sie die Website http://buy.garmin.com auf, oder wenden Sie sich an einen Garmin-Händler. Kaufen Sie ausschließlich Bänder aus EPDM.

Index

Z

Aktuelle Software-Updates (mit Ausnahme von Kartendaten) erhalten Sie während der gesamten Nutzungsdauer des Produkts von Garmin kostenlos auf der Garmin-Website unter www.garmin.com.









Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street, Olathe, Kansas 66062, USA

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House, Hounsdown Business Park, Southampton, Hampshire, SO40 9LR, UK

Garmin Corporation
No. 68, Jangshu 2nd Road, Sijhih, Taipei County, Taiwan

September 2010 Teilenummer 190-01267-32 Überarb. A Gedruckt in Taiwan